

令和6年9月分(Aグループ)

学校給食予定献立表

えいようきんしよく
栄養三色

3つのなかまに分けられます
食べ物は、はたらきによって



ねつやエネルギーのもとになる



からだをつくる

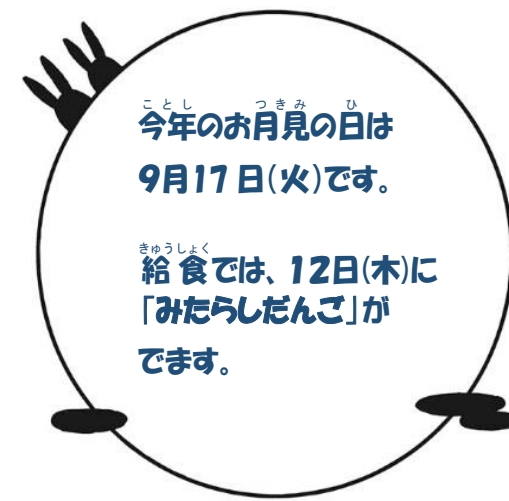


からだのちょうしをととのえる

お月見

お月見は、旧暦の8月15日に
月を眺める風習で、この日は、
「中秋の名月」、「十五夜」と
呼ばれます。

お月見の日には、ススキを飾り、
おだんごや、里芋を供えて
秋の収穫に感謝します。



2日(月)				3日(火)				4日(水)				5日(木)				6日(金)																							
食パン レタスのスープ 鶏肉 15 赤 たまご 25 赤 レタス 20 緑 にんじん 10 緑 はるさめ 3 黄 鳥がらスープ 3 赤 うすくちしょうゆ 0.5 塩 0.5 こしょう 0.1 ごま油 0.1 黄				牛乳 ポテトサラダ じゃがいも 55 黄 ロングソーセージ 7 赤 たまねぎ 10 緑 にんじん 5 黄 パセリ 0.3 黄 サラダ油 0.5 黄 塩 0.2 こしょう 黄 マヨネーズ (クラス1本) 黄 乳 スライスチーズ 1枚(20) 赤				ごはん あつあげのみそしる 豚肉 10 赤 厚揚げ 30 黄 たまねぎ 15 緑 こまつな 10 黄 にんじん 5 黄 みそ 5 赤 青ねぎ 5 赤 赤みそ 5 黄 だし汁 黄 さけのふりかけ 1袋(2.5) 赤				牛乳 にくボールの あまずあんかけ 肉ボール 60 赤黄 揚げ油 6 黄 さとう 2 黄 こいくちしょうゆ 2 黄 す 1 黄 みりん 2 黄 でんぶん 0.3 黄 パセリ 0.3 緑 ゴーヤのからあげ ゴーヤ 10 緑 塩 0.1 黄 でんぶん 2 黄 揚げ油 2 黄				ごはん とうがんのすましじる ビーフン 5 黄 かまぼこ 5 赤 油あげ 5 黄 にんじん 5 緑 とうがん 30 黄 ほししいたけ 0.3 黄 青ねぎ 5 黄 うすくちしょうゆ 2.7 黄 塩 0.3 赤 だし汁 赤 ひじきのふりかけ ひじき 1 赤 粉かつお 1 黄 白ごま 0.3 黄 さとう 0.9 黄 こいくちしょうゆ 1.8 黄 みりん 1 黄				牛乳 けいにくのすきやきふうに 鶏肉 40 赤 京あげ 3 黄 つきこんにやく 15 緑 たまねぎ 15 黄 しめじ 5 黄 にんじん 5 黄 白ねぎ 5 黄 サラダ油 0.5 黄 酒 0.5 黄 さとう 1.5 黄 こいくちしょうゆ 3 黄 ひじきのふりかけ ひじき 1 赤 粉かつお 1 黄 白ごま 0.3 黄 さとう 0.9 黄 こいくちしょうゆ 1.8 黄 みりん 1 黄				練乳ツイストパン スパゲティミートソース スパゲティ 25 黄 牛ひき肉 12.5 赤 豚ひき肉 12.5 黄 ナツメグ 0.03 黄 赤ぶどう酒 1 黄 たまねぎ 40 緑 にんじん 15 黄 エリンギ 5 黄 パセリ 0.5 黄 サラダ油 1 黄 ウスターソース 5 黄 トマトケチャップ 12 緑 0.3 こしょう 黄 卓上粉チーズ (クラス1本) 赤				牛乳 ごぼうサラダ ささがきごぼう 30 緑 にんじん 5 黄 うすくちしょうゆ 1.2 黄 白ごま 0.5 黄 こまかりーミドレッシング (クラス1本) 黄 乳 ヨーグルト 1こ(100) 赤 フルーツゼリー 【ヨーグルト代替ゼリー】 1こ(50) 黄				ごはん かぼちゃとなすの チキンカレー 鶏肉 30 赤 土しよが 0.6 緑 にんにく 0.1 黄 サラダ油 1 黄 赤ぶどう酒 1 黄 かぼちゃ 30 緑 たまねぎ 40 黄 にんじん 15 黄 長なす 10 黄 トマト(かんづめ) 8 黄 りんご 6 黄 さとう 0.5 黄 トマトケチャップ 2 黄 ウスターソース 2 黄 こいくちしょうゆ 0.5 黄 乳 牛乳 粉チーズ 4 黄 鳥がらスープ 6 黄 小麦粉 2 黄 バター 2 黄 サラダ油 3 黄 カレー粉 0.8 黄 塩 0.5 黄 こしょう 0.5 黄				牛乳 やさいサラダ キャベツ 25 緑 スイートコーン 10 黄 にんじん 5 黄 和風玉ねぎドレッシング (クラス1本) 黄 ふくじんづけ 10 緑			
エネルギー kcal 629 たんぱく質 g 28.8 ししつ g 28.2 食塩 g 3.4				682 27.6 29.2 2.3				533 24.1 15.9 1.8				734 28.9 26.0 2.8				603 22.6 18.6 2.1																							
9日(月)				10日(火)				11日(水)				12日(木)				13日(金)																							
コッペパン クリームスープ 鶏肉 20 赤 バラベーコン 10 黄 じゃがいも 40 黄 たまねぎ 30 緑 にんじん 15 黄 パセリ 0.5 黄 サラダ油 0.5 黄 牛乳 25 赤 生クリーム 1 黄 粉チーズ 4 赤 鳥がらスープ 5 黄 小麦粉 2 黄 バター 2 黄 サラダ油 2 黄 塩 0.5 黄 こしょう 0.5 黄				牛乳 パスタサラダ マカロニ 6 黄 キャベツ 25 緑 にんじん 5 黄 スイートコーン 5 黄 サラダ油 0.3 黄 塩 0.1 黄 こしょう 黄 サウザンアイランドドレッシング (クラス1本) 黄 いちごジャム 1袋(10) 黄				ごはん かきたまじる たまご 25 赤 かまぼこ 5 黄 じゃがいも 25 黄 にんじん 10 緑 青ねぎ 5 黄 うすくちしょうゆ 2.7 黄 塩 0.3 黄 だし汁 赤 とりそぼろ 鶏ひき肉 25 赤 土しよが 0.16 緑 さとう 1 黄 みりん 2.4 黄 こいくちしょうゆ 2.4 黄				牛乳 ぶたにくとあつあげの あまずいため 豚肉 20 赤 厚揚げ 30 黄 キャベツ 20 緑 土しよが 0.3 黄 にんにく 0.1 黄 サラダ油 0.5 黄 酒 1 黄 トマトケチャップ 4 緑 こいくちしょうゆ 3 黄 みりん 1 黄 す 2 黄 さとう 2 黄 塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄 でんぶん 0.3 黄				ごはん マーボーどうふ 豚ひき肉 25 赤 どうふ 85 黄 にんじん 10 緑 たけのこ 10 黄 ほししいたけ 0.5 黄 青ねぎ 10 黄 土しよが 0.5 黄 サラダ油 0.5 黄 みそ 4 黄 豆みそ 3 黄 す 1 黄 さとう 1 黄 みりん 0.6 黄 とうぼんじゃん 0.2 黄 でんぶん 0.6 黄 こしょう 黄				牛乳 くきわかめのサラダ くきわかめ 0.7 赤 キャベツ 25 緑 にんじん 5 黄 和風青じそドレッシング (クラス1本) 黄 つぼづけ 10 緑				20g減量コッペパン せんざりだいこんのスープ バラベーコン 10 赤 せん切り大根 2.5 緑 えのきたけ 10 黄 たまねぎ 15 黄 にんじん 10 黄 黄パプリカ 5 黄 パセリ 0.5 黄 にんにく 0.05 黄 鳥がらスープ 赤 うすくちしょうゆ 3 黄 塩 0.4 黄 こしょう 黄				牛乳 いわしフライ いわしフライ 1こ(40) 赤 揚げ油 5 黄 合わせソース (クラス1本) 黄 みたらしだんご 白玉もち 37 黄 さとう 4 黄 こいくちしょうゆ 2 黄 でんぶん 0.3 黄				ごはん キャベツのスープ 豚肉 15 赤 じゃがいも 20 黄 にんじん 10 緑 キャベツ 20 黄 たまねぎ 20 黄 パセリ 0.5 黄 鳥がらスープ 3.0 赤 うすくちしょうゆ 0.5 黄 こしょう 0.5 黄 乳 キャンディがたチーズ 1こ(5) 赤				牛乳 ジャンバラヤのぐ バラベーコン 10 赤 にんにく 0.1 緑 土しよが 0.2 黄 サラダ油 0.5 黄 ロングソーセージ 10 赤 たまねぎ 30 緑 にんじん 10 黄 ピーマン 3 黄 トマト(かんづめ) 10 黄 トマトケチャップ 12 黄 ウスターソース 2 黄 こいくちしょうゆ 0.5 黄 チリパウダー 0.05 黄 塩 0.1 黄 こしょう 0.1 黄			
680 26.4 27.9 2.6				584 28.6 19.6 2.2				524 24.6 16.2 2.5				580 22.6 22.6 2.9				525 20.6 16.0 2.3																							

令和6年9月分(Aグループ)

学校給食予定献立表

Table for 9/19 (Wood) featuring Curry Pan. Includes menu items like Tamago Soup, Curry Pan, and nutritional data for 17th, 18th, 19th, and 20th.

9月22日「花園ラグビーの日」. Text describing the event and a cartoon character of a player. Includes nutritional data for 24th, 25th, 26th, and 27th.

Table for 9/22 (Sun) featuring Garden Rugby Day. Includes menu items like Hashi Shichu, Curry Pan, and nutritional data for 24th, 25th, 26th, and 27th.

Table for 9/30 (Month) featuring Coppa Pan. Includes menu items like Macaroni Soup and Nutritional data for 30th.

給食のレシピ ジャンバラヤのぐ 13日(金). Recipe for Jambalaya with 5 steps and nutritional information.

「朝ごはんを食べていますか」. Advertisement for breakfast with a table of nutrients and a cartoon character.

JAグリーン大阪 農産物直売所 「フレッシュ・クラブ」. Advertisement for fresh produce with QR code and contact info.